

## LA VALIDACIÓN DE UN ÍNDICE DE BIENESTAR PARA POBLACIÓN ADOLESCENTE Y ADULTA DE LA CIUDAD DE BUENOS AIRES

doi: 10.5872/psiencia/7.2.21  
© 2015 · www.psiencia.org

VALIDATION OF AN INDEX OF WELL-BEING FOR ADOLESCENT AND ADULT  
POPULATION OF THE CITY OF BUENOS AIRES

Recibido/Received:  
9/8/2014

Aceptado/Accepted:  
17/9/2014

**Vanesa C. Góngora, Alejandro Castro Solano**

Universidad de Palermo, CONICET  
vgongo1@palermo.edu

### Cómo citar este artículo:

Góngora, V. C., & Castro Solano, A. (2015). La validación de un índice de bienestar para población adolescente y adulta de la ciudad de Buenos Aires. *PSIENCIA. Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 7, 329-338. doi: 10.5872/psiencia/7.2.21

**Resumen:** El objetivo de este estudio es la construcción y validación de un cuestionario breve y de fácil administración para evaluar en forma conjunta el bienestar hedónico y el bienestar eudaemónico en población adulta y adolescente de la ciudad de Buenos Aires. La muestra estuvo conformada por 299 adultos y 250 adolescentes de ambos sexos. Se utilizaron el Índice de Bienestar, el Cuestionario de Significado de la Vida, la Escala de Satisfacción con la Vida, el Índice de Bienestar Personal de Cummins y la Escala de Tres Rutas de Acceso al Bienestar. Los análisis factoriales -exploratorio y confirmatorio- indicaron un buen ajuste de todos los ítems en un único factor para ambas muestras. La fiabilidad para la muestra de adultos fue de .80, y de .84 para la de adolescentes. El Índice de Bienestar ha mostrado ser un instrumento con buenas propiedades psicométricas para evaluar en forma conjunta el bienestar hedónico y el eudaemónico en población adulta y adolescente argentina, siendo novedoso en su tipo y de gran utilidad para la práctica e investigación psicológica.

**Palabras clave:** *Bienestar — Adultos — Adolescentes — Evaluación*

**Abstract:** The aim of this study is the construction and validation of a brief and easily administered instrument to assess hedonic and eudaemonic well-being in adult and adolescent population of the city of Buenos Aires. The sample comprises 299 adults and 250 adolescents of both sexes. The Wellbeing Index, the Meaning in Life Questionnaire, the Satisfaction with Life Scale, the Personal Wellbeing Index, and the Three Pathways to Wellbeing Scale were used in the study. Exploratory and confirmatory factor analysis indicated a good fit of all items into a single factor for both samples. The reliability was .80 for the sample of adults and .84 for adolescents. The Wellbeing Index has shown to be an instrument with good psychometric properties to evaluate hedonic and eudaemonic wellbeing in Argentinean adult and adolescent population, being novel in its type and useful for psychological research and practice.

**Keywords:** *Well-being — Adults — Adolescents — Assessment*

**Agradecimientos:** Se agradece la colaboración brindada en este estudio a las Lic. Aldana Sol Grinhauz y Lic. Nora Suarez Hernandez.

**Correspondencia:** Vanesa C. Góngora. Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Palermo, Mario Bravo 1259, Buenos Aires, Argentina. Tel: +54-11-49644684

## INTRODUCCIÓN

Tradicionalmente, el bienestar ha sido conceptualizado desde dos perspectivas diferentes (Ryan & Deci, 2001). La primera está en relación con la tradición hedónica. Desde esta línea una persona feliz es aquella que experimentó mayores emociones positivas que negativas. En este modelo alcanzar el bienestar equivale a maximizar los placeres personales a través de la satisfacción de ciertas necesidades (Henderson & Knight, 2012). Esta perspectiva incluye el estudio de la satisfacción con la vida, del bienestar subjetivo y de las emociones positivas (Diener, 2009; Lyubomirsky & Lepper, 1999; Pavot & Diener, 2008). En esta tradición, el nivel hedónico está muy ligado a la personalidad y a los componentes genéticos heredables y por ende tiene poca posibilidad de cambio (Diener, Oishi, & Lucas, 2003; Hills & Argyle, 2001; Lucas & Diener, 2009).

La segunda perspectiva considera que el bienestar es eudaemónico. En esta orientación el bienestar se alcanza cuando se logran complejas metas vitales con un alto grado de significado personal (Henderson & Knight, 2012). Algunas teorías psicológicas están basadas en esta concepción eudaemónica del bienestar, tales como la teoría del bienestar psicológico de Ryff (Ryff & Keyes, 1995), la teoría de la autodeterminación (Ryan & Deci, 2000), el concepto de sentido de coherencia (Antonovsky, 1987) y el de bienestar social (Keyes, 1998).

A pesar de que muchos estudios han considerado el bienestar desde un abordaje unilateral (o bien hedónico o bien eudaemónico) la investigación reciente reconoce que ambas perspectivas son distintas (Diener et al., 2009) y en cierto sentido complementarias (Ryan & Deci, 2001). Hoy en día, la aproximación unilateral para el estudio del bienestar ha sido objeto de fuertes debates (Kashdan, Biswas-Diener, & King, 2008; Waterman, 2008).

Seligman (2002) propuso un abordaje integrado del bienestar psicológico en su primera teoría que denominó *Felicidad Auténtica (Authentic Happiness Theory)* y que actualmente ha reformulado convirtiéndola en la teoría del bienestar bajo el acrónimo PERMA (Seligman, 2011). En su primera teoría, Seligman tenía como eje el estudio de la satisfacción con la vida, la cual podía alcanzarse mediante tres vías: a través de emociones positivas (*pleasant life* o *vida placentera*), mediante el

eje fortalezas/*flow* (*engaged life* o *vida comprometida*) o a través de grupos o instituciones positivas (*meaningful life* o *vida con significado*) (Seligman, 2002). En su última reformulación, Seligman propone otros dos elementos complementarios: los vínculos personales y el logro. En esta nueva teoría, el foco es el *flourishing* y no la satisfacción vital que puede alcanzarse a través de los cinco elementos mencionados (las tres vías de la primera conceptualización sumadas a los vínculos personales y el logro) (Seligman, 2011). Esta nueva teoría resulta una propuesta interesante en materia de bienestar, sin embargo no ha sido completamente desarrollada y aún no tiene prueba empírica sólida.

La Vida placentera está relacionada con las teorías hedónicas del bienestar. Llegar a una vida plena por esta vía equivale a incrementar las emociones positivas y tener una mayor cantidad de eventos vitales felices a lo largo de nuestras vidas. Si el bienestar se alcanza de esta manera, es necesario ejercitar una serie de habilidades para amplificar la intensidad y duración de los momentos placenteros (Seligman, 2002). El resultado es la percepción de la satisfacción.

En la Vida comprometida, el bienestar se deriva del compromiso con la tarea efectiva y con la capacidad de experimentar *flow* (Csikszentmihalyi, 1990). El *flow* es un tipo de actividad autotélica que aparece en una variada gama de situaciones (trabajo, estudio, deportes) y tiene como principal característica que la persona se halla tan involucrada y registra una concentración tan profunda en las tareas que pierde la noción del tiempo. Esto no puede lograrse sin el uso de las fortalezas personales (Park, Peterson, & Ruch, 2009; Peterson & Seligman, 2004). Si las personas son conscientes de sus fortalezas personales y las pueden aplicar en una tarea concreta es posible alcanzar estados de *flow*, derivando bienestar del compromiso que se alcanza con la realización de la actividad (Peterson, Park, & Seligman, 2005).

La Vida con significado está en relación con el uso de las fortalezas personales para el desarrollo de algo más importante y amplio que uno mismo. Vivir con significado es equivalente a encontrar el significado de la vida. De forma práctica, es utilizar las fortalezas personales para ayudar a los demás y hacer que puedan desarrollar sus potencialidades. Este proceso se da generalmente a través de las instituciones: la familia, el trabajo, la escuela, la comunidad (Peterson, 2006). La participación en estas instituciones produce un sentimiento de

satisfacción y la creencia de que se ha vivido bien (Lyubomirsky, Sheldon, & Schkade, 2005).

Las investigaciones realizadas con esta aproximación tripartita demostraron que estas tres rutas son empíricamente diferentes y cada una de ellas está positivamente asociada con la satisfacción con la vida en una variedad de poblaciones y culturas. Los estudios realizados con poblaciones anglosajonas y latinas demostraron que el compromiso y el significado son las rutas que tienen mayor peso en la explicación de la satisfacción vital (Castro Solano, 2011; Góngora & Castro Solano, 2014; Peterson, 2006; Peterson, Ruch, Beer-mann, Park, & Seligman, 2007; Vella-Brodrick, Park, & Peterson, 2009). Se han desarrollado algunos instrumentos, en forma de cuestionarios, para la evaluación de las tres rutas. El Índice de Felicidad de Steen (Steen Happiness Index, Seligman, Steen, Park, & Peterson, 2005) es un instrumento de 20 ítems que evalúa las tres rutas del bienestar. Los estudios preliminares confirman sus propiedades psicométricas. Sin embargo, su estructura factorial aún no ha sido verificada.

La Escala de Orientación hacia la Felicidad (Orientation to Happiness Scale, Peterson, et al., 2005) es el instrumento más utilizado para evaluar las tres rutas hacia el bienestar. Está compuesto por 18 ítems distribuidos en tres escalas: Placer, Compromiso y Significado. Las propiedades psicométricas han sido verificadas en población adulta (Peterson, et al., 2005; Vella-Brodrick, et al., 2009).

En población argentina adulta, se ha desarrollado el ERBIEN (Escala de Rutas hacia el Bienestar, Castro Solano, 2011). Los estudios han verificado sus propiedades psicométricas y su estructura factorial. En esta población, la satisfacción con la vida está más relacionada con los componentes eudaemónicos (compromiso y significado) que la vía de la vida placentera (Castro Solano, 2011). En cambio, en otro estudio, en el que se utilizó una adaptación de este instrumento para población adolescente, se encontró que los jóvenes utilizaban más la vía de la vida placentera, priorizando la maximización de las emociones positivas para el logro del bienestar (Góngora & Castro Solano, 2014).

Este trabajo tiene como objetivo el diseño y la validación de un instrumento breve y de fácil administración para medir el bienestar, con el objetivo de que pueda utilizarse en estudios de gran cantidad de participantes. A este fin, se construyó el instrumento con pocos ítems, asegurando la

sencillez de los mismos para su mejor comprensión. Dado que los instrumentos breves disponibles solo cubren el componente hedónico (e.g. Escala de Satisfacción con la Vida [SWLS, Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985]; Personal Well-being Index [PWI, Cummins, 1998]), este instrumento intenta cubrir tanto los aspectos hedónicos (Satisfacción y Emociones positivas) con aquellos más eudaemónicos del bienestar.

## MÉTODO

**Participantes.** Participaron 549 personas, adultos ( $n = 299$ ) y adolescentes ( $n = 250$ ), varones y mujeres que residían en la ciudad de Buenos Aires y en el Conurbano Bonaerense.

Respecto de los participantes adultos, 139 (46,5%) eran hombres y 159, mujeres (53,2%), y tenían en promedio 34,05 años ( $DE = 13,95$ ). La mayoría de los participantes trabajaban ( $N = 227$ ; 76%), tenían estudios universitarios ( $N = 165$ , 55%) y pertenecían a un nivel socioeconómico medio ( $N = 209$ ; 70%) y medio-alto ( $N = 69$ ; 23%). Se trata por lo tanto, de una muestra de población general urbana altamente educada y económicamente activa, de nivel socioeconómico medio a medio-alto.

De los participantes adolescentes, 108 (43,2%) eran hombres y 142, mujeres (56,8%). Las edades oscilaban entre los 13 y los 18 años, teniendo en promedio 15,48 años ( $DE = 1,57$ ). Todos los participantes eran estudiantes de nivel socioeconómico medio que asistían a escuelas públicas y privadas de nivel educativo medio en la ciudad de Buenos Aires y en el Conurbano Bonaerense.

**Diseño.** Se realizó un estudio instrumental conforme a los criterios de Montero y León (2007), destinado al desarrollo de pruebas y al estudio de sus propiedades psicométricas (Montero & León, 2007).

**Instrumentos. Índice de Bienestar.** Se diseñó una prueba que evalúa diferentes aspectos del bienestar psicológico personal. El objetivo era contar con un instrumento breve, de fácil administración, que pudiera ser utilizado para evaluar el bienestar en grandes poblaciones. Se basó en el modelo teórico las tres rutas de acceso al bienestar (Castro Solano, 2011; Peterson, et al., 2005; Seligman, 2002). Se consideraron tanto los componentes hedónicos (e.g. "Señale el grado en que se considera feliz", "Señale el grado en que está satisfecho con su vida", "Evalúe el grado en que

predominaron más sus emociones negativas que positivas”) como eudaemónicos (e.g., “Considero que tengo las fortalezas personales para alcanzar mis objetivos de vida”, “Considero que mi vida tiene sentido”). El Índice consta de cinco ítems que pueden responderse en una escala de formato Likert con un rango de 1 (*Completamente insatisfecho*) hasta el 10 (*Completamente satisfecho*).

**Escala de Satisfacción con la vida.** Es una escala de cinco ítems con formato de respuesta Likert de 7 puntos que examina el grado de satisfacción global con la vida (Diener, et al., 1985). La escala es utilizada internacionalmente para la evaluación del bienestar en tanto componente cognitivo de la satisfacción. Diferentes estudios empíricos han demostrado su validez y fiabilidad (Diener, et al., 1985; Pavot, Diener, Colvin, & Sandvik, 1991). Se obtiene una puntuación promedio que indica el grado de satisfacción percibida por el evaluado. Se utilizó una versión adaptada al idioma español para su uso con población argentina (Castro Solano & Diaz Morales, 2000). La fiabilidad, evaluada mediante el coeficiente alfa de Cronbach, fue de ,84 para la muestra de los participantes adultos y de ,75 en la de adolescentes.

**Cuestionario de Sentido en la Vida (MLQ) (Steger, Frazier, Oishi, & Kaler, 2006).** La escala, que consta de 10 ítems, mide, por una parte, la Búsqueda de sentido, y por otra, la Presencia de sentido en la vida, obteniéndose puntuaciones independientes para cada dimensión. Un ejemplo de ítem es “Tengo bien en claro qué es lo que hace que mi vida tenga sentido”. El participante valora cada ítem con una escala tipo Likert que va de 1 (*Absolutamente falso*) a 7 (*Absolutamente verdadero*), excepto para un ítem, que se puntúa de forma inversa. Los análisis sobre la escala original han demostrado adecuadas propiedades psicométricas como fiabilidad y validez convergente y divergente (Steger, et al., 2006; Steger & Kashdan, 2007). Los estudios locales también denotan buenas propiedades psicométricas del instrumento (Góngora & Castro Solano, 2011). Para esta muestra de adultos se obtuvo una fiabilidad, evaluada mediante el coeficiente alfa de Cronbach, de ,79 (para Presencia de sentido) y de ,87 (para Búsqueda de sentido). En la muestra de población adolescente se obtuvo  $\alpha = ,79$  para Presencia de sentido y ,82 para Búsqueda de sentido.

**Personal Well-being Index (PWI) (Cummins, 1998).** Evalúa la satisfacción en diferentes dominios vitales (e.g., salud, relaciones personales, nivel económico, etc.). Los dominios no responden

a una teoría sino que fueron seleccionados con el propósito de descomponer los aspectos subjetivos y objetivos de la calidad de vida. Para la evaluación, se consideró una puntuación agregada de los ocho dominios vitales, siguiendo las pautas internacionales que recomienda el autor de la prueba (e.g., Nivel de vida, Salud, Logros, Relaciones personales, Seguridad, Comunidad, Seguridad futura, Espiritualidad). El PWI utiliza una escala del 0 (cero) al 10 (diez), en la cual el 0 corresponde a no estar satisfecho y el 10 corresponde al más alto nivel de satisfacción. El instrumento ha sido adaptado y utilizado en 51 países, incluida la Argentina (Casas et al., 2012; Tonon, 2012). La fiabilidad para la muestra de adultos fue de  $\alpha = ,82$ , y  $\alpha = ,77$  en adolescentes.

**Escala de tres rutas de acceso al bienestar (ERBIEN, Castro Solano, 2011).** Es un cuestionario de 19 ítems que tiene como base teórica el modelo de las tres rutas de acceso al bienestar (Peterson, et al., 2005; Seligman, 2002) y que se responde en una escala de formato Likert de 5 puntos. Se obtiene una puntuación para cada ruta de acceso al bienestar: Vida placentera (emociones positivas), Vida comprometida (empleo de fortalezas para obtener estados de flow) y Vida con significado (beneficio del entorno social más allá de sí mismo). Los estudios locales demostraron buenas propiedades psicométricas tanto para población adulta como adolescente (Castro Solano, 2011; Góngora & Castro Solano, en prensa). La fiabilidad en la muestra para la vida placentera fue de ,80 en adultos y de ,70 en adolescentes; para vida comprometida de ,82 en adultos y de ,80 en adolescentes, y para la vida con significado fue de ,73 en adultos y en adolescentes.

**Procedimiento.** Los protocolos fueron administrados por estudiantes avanzados de la Carrera de Psicología de una universidad situada en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, los cuales se encontraban realizando sus prácticas profesionales en el área de investigaciones. Tenían como instrucciones administrar la batería de pruebas a población general adulta y adolescente que residiera en la Ciudad de Buenos Aires y/o el conurbano bonaerense. Los participantes fueron informados del objetivo de la investigación. Los padres de los adolescentes firmaron un consentimiento informado para la administración de las pruebas.

Posteriormente, se cargaron los datos obtenidos en planillas Excel confeccionadas para ese propósito. Estas últimas tareas estuvieron a cargo de una psicóloga graduada. Los datos fueron ana-

lizados con el paquete estadístico SPSS versión 18.0 y con el programa AMOS 18.

## RESULTADOS

**Evidencias de validez factorial. Análisis factorial exploratorio.** Teniendo como objetivo estimar la validez de la prueba, se efectuaron análisis factoriales exploratorios de primer grado para la muestra de adultos y de adolescentes. En primer lugar, se verificó que los datos fueran adecuados para este tipo de análisis (Adultos: Test de esfericidad de Bartlett = 609,93,  $p < ,0001$ ; Índice Kaiser Meyer Olkin = ,75; Adolescentes: Test de esfericidad de Bartlett = 679,25,  $p < ,0001$ ; Índice Kaiser Meyer Olkin = ,75). Para obtener la solución factorial inicial se extrajeron los factores mediante el método de componentes principales. Se consideró el criterio Kaiser (autovalores  $> 1$ ) para la extracción de los factores.

La solución se rotó mediante el método Varimax. Se trata de una rotación ortogonal (factores no correlacionados) que minimiza el número de variables que tienen saturaciones altas en cada factor, simplificando la interpretación de los mismos. Este método hace que aquellos pesos factoriales tanto altos como bajos lo sean aún más, para cada uno de los factores, optimizando de esta manera la solución (Tabachnick & Fidell, 2007).

Se obtuvo una solución de un factor tanto para la población adulta como adolescente que expli-

caban el 58,64% y el 62,85% de la varianza total, respectivamente (Ver Tabla 1). El factor estuvo compuesto por todos los ítems del instrumento.

**Análisis factorial confirmatorio.** Como segundo paso, se verificó la estructura factorial obtenida por medio del análisis factorial confirmatorio. Los parámetros del modelo original propuesto fueron estimados siguiendo el criterio de Máxima Verosimilitud. Como entrada para el análisis, se utilizó la matriz de correlaciones entre los ítems de la escala. En la tabla 2 se recoge la información proporcionada por seis de los índices de ajuste más utilizados (García-Cueto, Gallo Álvaro, & Miranda, 1998):  $\chi^2$ ;  $\chi^2/df$ ; GFI, Índice de bondad de ajuste; AGFI, índice ajustado de bondad de ajuste; NFI, índice de ajuste normado; CFI, índice de ajuste comparado y RMSEA, error de aproximación cuadrático medio). Se han considerado diversos índices de ajuste para evaluar el ajuste del modelo tal como se sugiere en la literatura y que se muestran en la tabla 2 (Hu & Bentler, 1999). Para este estudio, las puntuaciones de corte para establecer la bondad de ajuste son los siguientes: la razón de  $\chi^2$  sobre los grados de libertad deberían tener valores inferiores a 3,0 (Kline, 2011). Para los índices CFI y GFI los valores óptimos deberían ser superiores a ,90 y para el caso del RMSEA se esperan valores inferiores a ,06 (Hu & Bentler, 1999). Respecto de los índices AGFI y NFI, deberían obtenerse valores superiores a ,90 (Rial Boubeta, Varela Mallou, Abalo Piñeiro, & Lévy Mangin, 2006). En función de los resultados obtenidos, se

**Tabla 1.** Estructura factorial del Índice de Bienestar en población adulta y adolescente de la Argentina

Ítems	Adultos	Adolescentes
Señale el grado en que Ud. considera que es feliz	,84	,88
Señale el grado en que Ud. se siente satisfecho con su vida en la actualidad	,88	,87
Considerando la última semana, evalúe el grado en que predominaron más sus emociones positivas ó negativas	,66	,75
Considero que tengo las fortalezas personales suficientes para alcanzar mis objetivos de vida	,70	,75
Considero que mi vida tiene sentido	,73	,70
<b>Total varianza explicada</b>	<b>58,64</b>	<b>62,85</b>

**Tabla 2.** Índice de ajuste del modelo original para las dimensiones del Índice de Bienestar

Modelo	Índices de ajuste							Calidad del ajuste
	X <sup>2</sup>	χ <sup>2</sup> /gl	GFI	AGFI	NFI	CFI	RMSEA	
Adultos	4,99	1,25	,99	,97	,90	,99	,03	Excelente
Adolescentes	4,28	1,42	,99	,96	,99	,99	,04	Excelente

concluyó que el modelo se ajustaba muy bien a los datos recogidos.

**Fiabilidad.** Con el fin de analizar las propiedades psicométricas de la escala, se calculó la fiabilidad utilizando el coeficiente alfa de Cronbach (consistencia interna). La fiabilidad para la muestra de adultos fue de ,80; y de ,84 para la de adolescentes, indicando un buen nivel de consistencia interna.

Evidencias de validez concurrente. Para estimar la validez concurrente de la prueba, se estimaron las correlaciones entre el Índice y: una prueba de satisfacción (SWLS), una prueba que evaluaba satisfacción con la calidad de vida en diferentes áreas vitales (PWI), una prueba que evaluaba significado con la vida (MLQ), y otra que evaluaba las tres rutas de acceso al bienestar (ERBIEN) (Ver datos en tabla 3). Dado que todas las medidas propuestas miden satisfacción y bienestar psicológico desde diferentes perspectivas, se hipoteti-

zaron correlaciones positivas, significativas entre el Índice y las otras pruebas consideradas.

En la Tabla 3, podemos apreciar que, de las 7 correlaciones posibles, se observan 5 correlaciones estadísticamente significativas para la muestra adulta (2 con tamaño del efecto amplio [ $r \geq ,50$ ] y 2 con tamaño del efecto moderado [ $r \geq ,30$ ]) y 5 para la muestra de adolescentes (2 con tamaño del efecto amplio [ $r \geq ,50$ ] y 2 con tamaño del efecto moderado [ $r \geq ,30$ ]). Los resultados para la muestra adulta y para la adolescente son similares. El Índice correlaciona positivamente con la satisfacción con la vida (SWLS) y con la satisfacción en las diferentes áreas vitales (PWI). Asimismo, presenta correlaciones elevadas con la Vida comprometida (ERBIEN) y con la Presencia de significado en la vida y negativas con la Búsqueda de significado (MLQ). Es decir que el Índice representa adecuadamente tanto los componentes hedónico como eudaemónicos del bienestar.

**Descriptivos del Index y diferencias individuales según sexo y edad.** En la tabla 4 se

**Tabla 3.** Relaciones entre el Índice de Bienestar y otras medidas de satisfacción y bienestar

	Adultos	Adolescentes
SWLS	,55**	,50**
PWI	,73**	,73**
Vida Placentera	-,01	,13
Vida Comprometida	,46**	,48**
Vida Significativa	-,11	,14
Presencia de significado	,47**	,48**
Búsqueda de significado	-,28**	-,28**

Nota: (\*\*)  $p < ,01$ . En negrita, tamaño del efecto moderado ( $\geq ,30$ ) a amplio ( $\geq ,50$ ).

**Tabla 4.** Estadísticos descriptivos según muestra y sexo

Muestra	Sexo	Índice	
		Media	DE
Adultos	Hombres	40,48	5,41
	Mujeres	40,08	5,42
	<b>Total</b>	40,28	5,41
Adolescentes	Hombres	39,40	8,54
	Mujeres	36,27	8,38
	<b>Total</b>	37,83	8,46

pueden apreciar los estadísticos descriptivos del Índice, según muestra (adolescentes adultos) y según sexo. Se encontraron diferencias significativas a favor de los adultos para la percepción de bienestar, comparados con los adolescentes ( $t = 4.47$ ,  $gf = 542$ ,  $p < 0,001$ ,  $d = ,37$ ).

No se encontraron diferencias estadísticamente significativas según sexo para la muestra de adultos. En cuanto a la muestra de adolescentes, se halló que los varones aparecían como percibiendo mayor bienestar que sus pares femeninos ( $t = 2,88$ ,  $gf = 248$ ,  $p < 0,01$ ,  $d = ,37$ ).

En cuanto a la relación con la edad, no se encontraron correlaciones estadísticamente significativas para ninguna de las muestras.

## DISCUSIÓN

Este estudio se propuso construir y validar un instrumento breve y de fácil administración para evaluar en forma conjunta bienestar hedónico y eudaemónico. Los resultados de este estudio han demostrado que el Índice de Bienestar tiene buenas evidencias de validez y fiabilidad tanto en población adulta como en adolescente.

Los análisis factoriales, exploratorio y confirmatorio, indicaron un buen ajuste de todos los ítems en un único factor. Esto daría cuenta de que el instrumento evaluaría un nivel general de bienestar en el que se tienen en cuenta los componentes hedónicos (Felicidad, Satisfacción con la vida, Emociones positivas) y eudaemónicos (Compromiso, Significado).

La muestra de adultos mostró un mayor nivel de bienestar que sus pares adolescentes, lo que podría deberse al menor nivel tanto del bienestar hedónico como eudaemónico en la adolescencia. En cuanto al componente hedónico, la adolescencia se caracteriza por la inestabilidad afectiva y una prevalencia relativamente alta de emocionalidad negativa en comparación con la edad adulta (Larson, Moneta, Richards, & Wilson, 2002; Riediger, Schmiedek, Wagner, & Lindenberger, 2009). Esto daría cuenta de un menor predominio de emociones positivas en este grupo de edad. Asimismo, investigaciones han encontrado que la satisfacción con la vida decrece durante la adolescencia (Goldbeck, Schmitz, Besier, Herschbach, & Henrich, 2007). En cuanto al componente eudaemónico, el significado de la vida comienza a desarrollarse durante la adolescencia y continúa durante toda la vida, junto con otros procesos,

como el desarrollo de la identidad, las relaciones y los objetivos de vida (Fry, 1998). Por lo tanto, un uso más limitado de camino hacia el bienestar se puede esperar en los adolescentes.

En cuanto a las diferencias por género, sólo en el grupo de adolescentes, los varones presentaron mayor nivel de bienestar que las mujeres. Numerosas investigaciones han reportado una mayor prevalencia de síntomas depresivos y de ansiedad en las mujeres adolescentes en comparación con los varones, así como menores niveles de bienestar psicológico (Cyranowski, Frank, Young, & Shear, 2000; Visani et al., 2011).

En cuanto a la relación del Índice con otras medidas de bienestar, los resultados han demostrado una relación positiva con la satisfacción con la vida a nivel general y con la satisfacción en distintas áreas (Nivel de vida, Salud, Logros, Relaciones personales, Seguridad, Comunidad, Seguridad futura, Espiritualidad). Esto indicaría una asociación importante con medidas clásicas de bienestar hedónico. Por otro lado, se hallaron relaciones positivas con el compromiso y el significado con la vida, lo que también mostraría un vínculo importante de la escala con medidas de bienestar eudaemónico. Las conceptualizaciones más actuales sobre el bienestar han aceptado los beneficios de ambos enfoques, hedónico y eudaemónico, como complementarios, lo que ha dado lugar a la aparición de teorías de bienestar integradas que utilizan el término "florecimiento" para describir la presencia combinada de bienestar hedónico y eudaemónico (Henderson & Knight, 2012; Huta & Ryan, 2010).

Con respecto a las relaciones del Índice con las tres rutas de acceso al bienestar evaluadas a través de la escala ERBIEN, los resultados de este estudio indicaron una asociación únicamente con la vía del compromiso. La Vida comprometida ha resultado ser la ruta que más se asocia con altos niveles de bienestar en numerosas investigaciones con poblaciones de diferentes países y grupos etarios (Castro Solano, 2011; Góngora & Castro Solano, 2014; Peterson, et al., 2005; San Martín, Perles, & Canto, 2010; Vella-Brodrick, et al., 2009). Por su parte, estudios previos también hallaron una baja asociación entre la vía placentera y diversas medidas de bienestar (Góngora & Castro Solano, 2014; Henderson, Knight, & Richardson, 2014; San Martín, et al., 2010).

En relación al significado de la vida, los resultados son mixtos. Por un lado, el Índice se asoció significativamente con la escala MLQ de Sentido de la vida, pero, por otro, no mostró vinculación

con la subescala Vida significativa de la ERBIEN. Estudios previos utilizando la escala ERBIEN (Góngora & Castro Solano, 2014), encontraron resultados similares en población adolescente argentina, por lo que la falta de asociación podría atribuirse a características del instrumento elegido o culturales de la muestra. Sin embargo, sería conveniente explorar si estos resultados se verifican en nuevos estudios.

Entre las limitaciones de este estudio, se puede mencionar el carácter transversal del mismo, por lo que futuras investigaciones deberán indagar la estabilidad temporal del Índice. Asimismo, sería importante comparar la información brindada por la escala con otras fuentes de información tales como informes diarios de bienestar, el compromiso e interés en diversas actividades, o el uso de informantes, etc. Por otro lado, las muestras seleccionadas estuvieron conformada por personas de clase social media, y, en particular la de adultos por sectores medio-altos, por lo que futuros estudios deberían incluir participantes de sectores sociales bajos.

Finalmente, los resultados de este estudio permiten contar con un instrumento que tiene en cuenta las concepciones más actuales del bienestar, que consta de pocos ítems y que resulta de fácil administración para aplicar en grandes cantidad de participantes en forma rápida. El Índice de Bienestar ha mostrado ser un instrumento con buenas propiedades psicométricas para evaluar en forma conjunta bienestar hedónico y eudaemónico en población adulta y adolescente argentina, siendo en su tipo novedoso y de gran utilidad para la práctica e investigación psicológica.

## REFERENCIAS

- Antonovsky, A. (1987). *Unraveling the mystery of health: How people manage stress and stay well*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Casas, F., Sarriera, J., Abs, D., Coenders, G., Alfaro, J., Saforcada, E., & Tonon, G. (2012). Subjective Indicators of Personal Well-Being among Adolescents. Performance and Results for Different Scales in Latin-Language Speaking Countries: A Contribution to the International Debate. *Child Indicators Research*, 5(1), 1-28. doi: 10.1007/s12187-011-9119-1
- Castro Solano, A. (2011). Las rutas de acceso al bienestar. Relaciones entre bienestar hedónico y eudamónico. Un estudio en población argentina. *Revista Iberoamericana de Diagnostico y Evaluacion Psicologica*, 31, 37-57.
- Castro Solano, A., & Diaz Morales, J. (2000). Estilos de personalidad, objetivos de vida y satisfacción vital. In M. P. Sanchez Lopez & M. M. Casullo (Eds.), *Los estilos de personalidad. Una perspectiva Iberoamericana* (pp. 195-231). Madrid: Miño y Dávila.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. Nueva York: Harper and Row.
- Cummins, R. A. (1998). The Second Approximation to an International Standard for Life Satisfaction. *Social Indicators Research*, 43(3), 307-334. doi: 10.1023/a:1006831107052
- Cyranowski, J. M., Frank, E., Young, E., & Shear, M. (2000). Adolescent onset of the gender difference in lifetime rates of major depression: A theoretical model. *Archives of General Psychiatry*, 57(1), 21-27. doi: 10.1001/archpsyc.57.1.21
- Diener, E. (2009). Subjective well-being. In E. Diener (Ed.), *The science of well-being: The collected works of Ed Diener* (pp. 11-58). Nueva York, NY: Springer Science + Business Media.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75. doi: 10.1207/s15327752jpa4901\_13
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403-425. doi: 10.1146/annurev.psych.54.101601.145056
- Diener, E., Wirtz, D., Biswas-Diener, R., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D.-w., & Oishi, S. (2009). New measures of well-being. In E. Diener (Ed.), *Assessing well-being: The collected works of Ed Diener* (pp. 247-266). Nueva York, NY: Springer Science + Business Media.
- Fry, P. S. (1998). The development of personal meaning and wisdom in adolescence: A reexamination of moderating and consolidating factors and influences. In P. T. P. Wong & P. S. Fry (Eds.), *The human quest for meaning: A handbook of psychological research and clinical application* (pp. 91-110). Mahwah, NJ: Erlbaum Associates.
- García-Cueto, E., Gallo Álvaro, P., & Miranda, R. (1998). Bondad de ajuste en el análisis factorial confirmatorio. *Psicothema*, 10(3), 717-723.



- Goldbeck, L., Schmitz, T., Besier, T., Herschbach, P., & Henrich, G. (2007). Life satisfaction decreases during adolescence. *Quality of Life Research, 16*(6), 969-979. doi: 10.1007/s11136-007-9205-5
- Góngora, V. C., & Castro Solano, A. (2011). Validación del Cuestionario de Significado de la Vida MLQ en población adulta y adolescente argentina. *Revista Interamericana de Psicología, 45*(3), 395-404.
- Góngora, V. C., & Castro Solano, A. (2014). Well-being and life satisfaction in Argentinean adolescents. *Journal of Youth Studies, 1*-15. doi: 10.1080/13676261.2014.918251
- Góngora, V. C., & Castro Solano, A. (en prensa). Psychometric properties of the Three Pathways to Well-being scale in Argentinean adolescents. *Psychological Reports*.
- Henderson, L. W., & Knight, T. (2012). Integrating the hedonic and eudaimonic perspectives to more comprehensively understand wellbeing and pathways to wellbeing. *International Journal of Wellbeing, 2*(3), 196-221. doi: 10.5502/ijw.v2i3.3
- Henderson, L. W., Knight, T., & Richardson, B. (2014). The Hedonic and Eudaimonic Validity of the Orientations to Happiness Scale. *Social Indicators Research, 115*(3), 1087-1099. doi: 10.1007/s11205-013-0264-4
- Hills, P., & Argyle, M. (2001). Emotional stability as a major dimension of happiness. *Personality and Individual Differences, 31*(8), 1357-1364. doi: 10.1016/s0191-8869(00)00229-4
- Hu, L. t., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling, 6*, 1-55. doi: 10.1080/10705519909540118
- Huta, V., & Ryan, R. (2010). Pursuing Pleasure or Virtue: The Differential and Overlapping Well-Being Benefits of Hedonic and Eudaimonic Motives. *Journal of Happiness Studies, 11*(6), 735-762. doi: 10.1007/s10902-009-9171-4
- Kashdan, T. B., Biswas-Diener, R., & King, L. A. (2008). Reconsidering happiness: the costs of distinguishing between hedonics and eudaimonia. *The Journal of Positive Psychology, 3*(4), 219-233. doi: 10.1080/17439760802303044
- Keyes, C. L. M. (1998). Social well-being. *Social Psychology Quarterly, 61*(2), 121-140.
- Kline, R. B. (2011). *Principles and practice of structural equation modeling*. Nueva York: Guilford press.
- Larson, R. W., Moneta, G., Richards, M. H., & Wilson, S. (2002). Continuity, Stability, and Change in Daily Emotional Experience across Adolescence. *Child Development, 73*(4), 1151-1165. doi: 10.1111/1467-8624.00464
- Lucas, R. E., & Diener, E. (2009). Personality and subjective well-being. In E. Diener (Ed.), *The science of well-being: The collected works of Ed Diener* (pp. 75-102). Nueva York: Springer Science + Business Media.
- Lyubomirsky, S., & Lepper, H. (1999). A Measure of Subjective Happiness: Preliminary Reliability and Construct Validation. *Social Indicators Research, 46*(2), 137-155. doi: 10.1023/a:1006824100041
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., & Schkade, D. (2005). Pursuing Happiness: The Architecture of Sustainable Change. *Review of General Psychology, 9*(2), 111-131. doi: 10.1037/1089-2680.9.2.111
- Montero, I., & León, O. G. (2007). A guide for naming research studies in Psychology. *International Journal of Clinical and Health Psychology, 7*(3), 847-862.
- Park, N., Peterson, C., & Ruch, W. (2009). Orientations to happiness and life satisfaction in twenty-seven nations. *The Journal of Positive Psychology, 4*(4), 273-279. doi: 10.1080/17439760902933690
- Pavot, W., & Diener, E. (2008). The Satisfaction With Life Scale and the emerging construct of life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology, 3*(2), 137-152. doi: 10.1080/17439760701756946
- Pavot, W., Diener, E., Colvin, C. R., & Sandvik, E. (1991). Further validation of the Satisfaction With Life Scale: Evidence for the cross-method convergence of well-being measures. *Journal of Personality Assessment, 57*(1), 149-161. doi: 10.1207/s15327752jpa5701\_17
- Peterson, C. (2006). The Values in Action (VIA) Classification of Strengths. In M. C. I. S. Csikszentmihalyi (Ed.), *A life worth living: Contributions to positive psychology* (pp. 29-48). Nueva York: Oxford University Press.
- Peterson, C., Park, N., & Seligman, M. E. P. (2005). Orientations to happiness and life satisfaction: the full life versus the empty life. *Journal of Happiness Studies, 6*(1), 25-41. doi: 10.1007/s10902-004-1278-z

- Peterson, C., Ruch, W., Beermann, U., Park, N., & Seligman, M. E. P. (2007). Strengths of character, orientations to happiness, and life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology, 2*(3), 149-156. doi: 10.1080/17439760701228938
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Rial Boubeta, A., Varela Mallou, J., Abalo Piñeiro, J., & Lévy Mangin, J.-P. (2006). El Análisis factorial confirmatorio. In J.-P. Lévy Mangin & J. Varela Mallou (Eds.), *Modelización con estructuras de covarianzas en Ciencias Sociales: temas esenciales, avanzados y aportaciones especiales* (pp. 119-143). Coruña: Netbiblo.
- Riediger, M., Schmiedek, F., Wagner, G. G., & Lindenberger, U. (2009). Seeking Pleasure and Seeking Pain: Differences in Prohedonic and Contra-Hedonic Motivation From Adolescence to Old Age. *Psychological Science, 20*(12), 1529-1535. doi: 10.1111/j.1467-9280.2009.02473.x
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic *Well-Being*. *Annual Review of Psychology, 52*(1), 141-166. doi: 10.1146/annurev.psych.52.1.141
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology, 69*(4), 719-727. doi: 10.1037/0022-3514.69.4.719
- San Martín, J., Perles, F., & Canto, J. M. (2010). Life satisfaction and perception of happiness among university students *The Spanish Journal of Psychology, 13*(2), 617-628.
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. Nueva York: Free Press.
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Nueva York: Free Press.
- Seligman, M. E. P., Steen, T. A., Park, N., & Peterson, C. (2005). *Positive psychology progress: empirical validation of interventions*. *The American psychologist, 60*(5), 410-421. doi: 10.1037/0003-066X.60.5.410
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the Presence of and Search for Meaning in Life. *Journal of Counseling Psychology, 53*(1), 80-93. doi: 10.1037/0022-0167.53.1.80
- Steger, M. F., & Kashdan, T. B. (2007). Stability and specificity of meaning in life and life satisfaction over one year. *Journal of Happiness Studies, 8*(2), 161-179. doi: 10.1007/s10902-006-9011-8
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2007). *Using Multivariate Statistics* (5th Edition). Boston: Pearson Education, Inc. .
- Tonon, G. (2012). Quality of Life in Argentina. In K. C. Land, A. C. Michalos & M. J. Sirgy (Eds.), *Handbook of Social Indicators and Quality of Life Research* (pp. 547-554). Netherlands: Springer Publishers
- Vella-Brodrick, D., Park, N., & Peterson, C. (2009). Three Ways to Be Happy: Pleasure, Engagement, and Meaning—Findings from Australian and US Samples. *Social Indicators Research, 90*(2), 165-179. doi: 10.1007/s11205-008-9251-6
- Visani, D., Albieri, E., Offidani, E., Ottolini, F., Tomba, E., & Ruini, C. (2011). Gender Differences in Psychological Well-Being and Distress During Adolescence. In I. Brdar (Ed.), *The Human Pursuit of Well-Being* (pp. 65-70): Springer Netherlands.
- Waterman, A. S. (2008). Reconsidering happiness: a eudaimonist's perspective. *The Journal of Positive Psychology, 3*(4), 234-252. doi: 10.1080/17439760802303002

